

# 妙典三丁目自治会 コミュニティ防災会の実践

2021年7月17日



横川貞夫

TMO講座6期

令和3年度学校運営協議会委員

市川市地球温暖化対策推進協議会委員

# TMO講座6期 横川貞夫

- 妙典生まれ 1954年2月10日生 O型 午年
- 田園地帯の妙典の風景が、なつかしい年頃
- 妙典駅より徒歩3分に住む
- 20歳の欧州旅行で、景観と街づくりに興味を持つ
- 2011年4月～2021年3月までの、のべ6年間  
「妙典三丁目自治会長」

# 妙典の「妙」とは「蘇生する」との意味

➤ 2000年に「妙典駅」がオープン

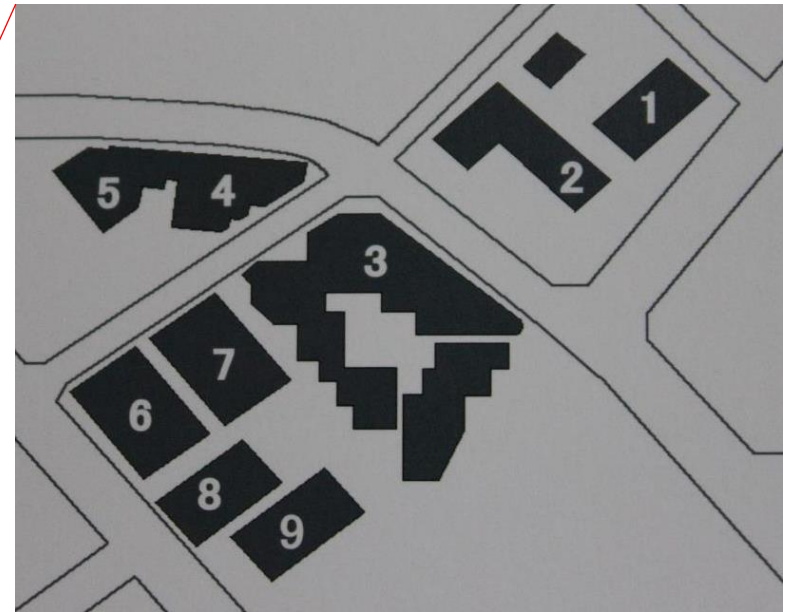
➤ 小さくても景観の良い街を作りたい

11棟の低層建築群（デザイン設計の集合住宅、レストラン3件、多目的ホール、キッチンスペース、蔵、貸し畑）＝妙典なかなか小町

➤ 100台有料駐輪場 妙典ヤクルトセンター

➤ 2007年 2015年 市川市景観賞受賞

# 妙典三丁目と 2007年市川市景観賞受賞の建築群配置図



名称：妙典なかなか小町

# 人と人の心が通うまち並み

## なかなか小町全体 MAP



千葉県市川市妙典 3-13-12

イラスト・デザイン: 丸山 潤

# デザイン設計（カリンヴェール）



# 多目的ホール（サクラホール）



# フランス料理 (柿の樹)





# ぎやらりー三平



# 妙典なかなか小町の **フード** **教室** **健康** **アート**

## フレンチレストラン 柿の樹



元マキシム・ド・パリのシェフが気軽に楽しめる料理をご提案します!



## ガレットとシードルの店 315CAFE



北海道産粗挽きそば粉使用。昼夜営業、テイクアウト可。妙典3-17-16



## アジア料理店 SAINO



豊富なランチメニューが人気。落ちついた雰囲気です。テラス席あり。



## 博士が教えるプログラミング教室 Candy



子どもの考える力、発想力、創造力を養います。オンライン指導あり。



## 日本刺繍教室 中村刺



和やかな雰囲気です。伝統の手刺繍を学べます! 高橋: 080-5443-0167



## 公文書写教室



ペン習字、かきかた  
公文書写教室

ライフスタイルに合わせて楽しく上達! 荒川: 090-1459-2503



## フラワーアレンジメント教室



綺麗なお花に囲まれて、癒しのひとときを過ごしませんか。季節の花を美しく飾れるようになります♪ 中川: 090-4273-1682

## ココロとカラダの治療室 さち鍼灸治療室



ベテランの有国家資格者が自分で治せる体作りをご提案します。



## 筋膜整体院 CoCoからだ



「やりたい事がやれる身体」を取り戻す事に特化したサロンです。



## 妙典ピラティスルーム&K



ピラティス&ヤマナの女性専用プライベートスタジオでしなやかに。



## 筋膜リリース 桧山環



心も身体も穏やかに。内臓を正しい位置に戻し、冷え性やむくみ、不眠にも効果が期待できます。桧山: 090-8017-4915

## photo studio Sweet dreams



マタニティ&ニューボーン専門フォトスタジオ。新生児撮影WS有。



# 人生の楽園 防災会を創設、地域と共に！

- 妙典三丁目 2 5 0 0 人の命を守る地域防災
- 市川市危機管理課・イオン妙典・イオンビル管理会社  
「災害時支援協定締結」 NHKニュース
- 自治会の「自主防災組織」に参加し、全世帯に防災アンケート調査、防災訓練
- **自治会内に防災会を創設し、地域の各戸に訪問し、防災観点の確認と意識啓発を行う**

**地域活性化の価値創造とは、  
「人々とのより良き交流と、  
相互の信頼をつくりだす行為（井関利明）」**

# 市川市危機管理課・イオン妙典・イオンビル管理会社

## 「災害時支援協定締結」 NHKニュース (2011.7.26)

2011 7/26

NHK ONLINE 千葉放送局

NHK 全日本で放送 この場で検索

全国のNHK NHKニュース 各地のニュース 災害情報

番組表 番組名一覧 NHKについて 受信料 NHKネットクラブ

千葉動画ニュース CHBA Internet Broadcasting Station

▶ 千葉放送局トップ ▶ NHKニュース ▶ 各地のニュース

### 津波の避難所にSC



津波からの避難場所  
商業施設の建物を活用

動画を見る ▶

動画サイズ設定 伊動画をご覧いただくには、Windows Media Playerが必要です。  
お持ちでない方はこちらからダウンロードしてください。

市川市は、地震で津波などが起きた際の避難場所として、海に近い地域にあるショッピングセンターの建物や駐車場を活用することになり、26日、利用協定を結びました。

この協定は、東日本大震災を受けて住民の避難方法の再検討を進めている市川市が、津波や高潮への対策としては今回初めて締結しました。26日には、避難場所となる市川市妙典のショッピングセンター「イオン市川妙典店」で締結式が行われました。式では市川市の本島彰危機管理監が「この付近は高い場所がなく、今回の協定をモデルにこれからも積極的に避難場所の確保を進めていきたい」と挨拶したあと、市川市とイオン、それに建物の管理会社が協定書を交わしました。協定では、7階建ての建物や、立体駐車場などをすみやかに開放するほか、避難してきた人たちにショッピングセンター側が食糧や水を提供することなどが盛り込まれています。市川市によりますと、この地域は東京湾や江戸川に近く、海抜1、2メートルと低いため、津波や高潮が起きると浸水する恐れがあるということです。締結式には地元の人たちも招かれ、行徳地区自治会連合会の鈴木繁徳会長は「震災のあと、住民も津波を不安に思ってきた。このような避難所をさらに増やしてもらうとともに住民の意識も高めていきたい」と話していました。

- 千葉市でひき逃げ 男性死亡  
7月22日 11時40分
- 児童相談所から長男連れ去る  
7月27日 10時45分
- 津波の避難所にSC  
7月27日 10時44分
- 学校給食に囉わら牛肉  
7月25日 17時44分
- 米試観者文書の説明会  
7月25日 10時20分
- 結会・成田線が再開  
7月25日 10時10分
- 20万本のヒマワリ見ごろ  
7月27日 10時43分

千葉の番組を見る・聞く  
最近放送した千葉の話題やリポなどを  
視聴いただけます。

複数回の動画ニュースを見る  
さいたま市の動画ニュースを見る

# 「共助」地域防災の課題と提案

## 「モノ」の防災から「意識」の防災へ

- 防災倉庫などの整備は進んでいるが、住民の意識啓発がさらに必要
- 防災訓練も消火器の使い方などにとどまらず、より実践的なものが必要

## 「フェイズフリー」 新たな防災生活習慣

- 常日頃から対防災性の高い生活習慣の形成が必要

## コミュニケーションと情報整備

- 要救助者情報や連絡網の整備が必要
- 平時からの地域内コミュニケーションの円滑化
- 各戸ごとの個別の事情に踏み込めていない

# 妙典3丁目自主防災会の構築

(1)防災会員の募集

(2)規約

(3)組織図

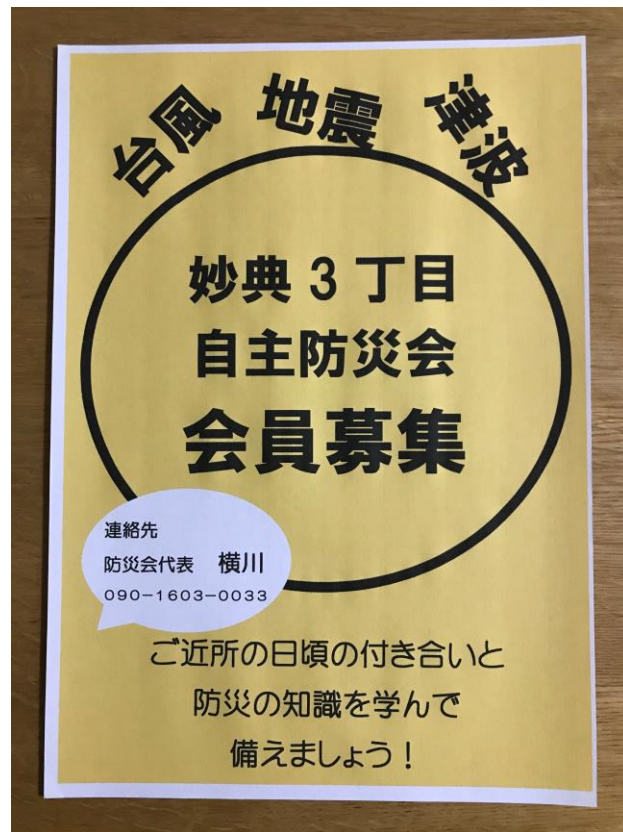
①自治会下部組織

②班長と自治会役員と防災会員との  
組織図

(4)活動

①第2日曜日 11時、防災会打ち合わせ

②第4日曜日 10時、班長会参加、訓練



# 役員、班長と防災担当の3名体制

防災対応時の役員体制				2021年5月9日現在	
班	自治会担当班役員名	自治会班長	防災会担当委員	自治会役員所属班	備考欄
6	小島 陽一	小島 謙壘	橋本 進	6	22世帯
9	小島 陽一	篠田 統一	渡邊幸義	6	7世帯
10	森川 正明	長田 栄一郎	志村隆雄	5	7世帯
14	森川 正明	橋本 聡	横川貞夫	5	10世帯
1	田島 明義	高橋 一郎	田島明義	1	15世帯
4A	浅谷 秋男	小林 正明	富田浩史	4A	11世帯
4B	浅谷 秋男	奥山 潤也	富田浩史	4A	6世帯
5	志村 竜生	鈴木 道夫	中島秀起	5	7世帯
7	佐倉 和久	石戸 啓策	横川貞夫	7	11世帯
2	米本 雅広	河内 洋和	中村静雄	2	16世帯
3	米本 雅広	新井 丈二	篠田統一	2	17世帯
11	志村 美津子	秋本 善雄	志村隆雄	10	5世帯
12	志村 美津子	難波 涉人	中島秀起	10	13世帯
8	後関 正	横川 洋子	山本留夫	7	13世帯





# 妙典三丁目 自主防災会の規約

(名称及び所属)

第1条 この会は、妙典三丁目自主防災会（以下「防災会」という）と称する。  
防災会は、妙典三丁目自治会の下部組織にあたる。

(活動の拠点)

2. 本組織の活動拠店は、妙典三丁目自治会館とする。

(目的)

3. 防災会は、住民の隣保共同の精神に基づく自主的な防災活動を行うことにより、地震その他の災害による被害の防止及び軽減を図ることを目的とする。

(事業)

4. **防災会員は、班長とともに連携して活動する。**

前条の目的を達成するために、次の事項を行う。

**1 防災に関する知識の普及・啓発に関すること。**

**2 地震等に対する災害予防に資するための地域の災害危険の把握に関すること。**

- 3 防災訓練の実施に関する事。
- 4 災害発生時における情報の収集・伝達および出火防止、初期消火、避難、救出、救援、給食・給水等応急対策に関する事。
- 5 防災資機材の整備等に関する事。
- 6 他組織との連携に関する事。
- 7 その他、防災会の目的を達成するために必要な事項。

#### (会員)

5. 防災会員は、妙典三丁目自治会員をもって構成する。  
自治会員でない者が防災会員になることを妨げない。

#### (役員)

6. 防災会は次の役員を置く。
  - 1 代表 1名
  - 2 副代表 2名(自治会役員より1名)
  - 3 総務 1名

### (役員の責務)

7. 代表は、防災会を代表し、会務の総括をし、災害時における応急活動の指揮を行う。
- 2 副代表は、代表を補佐し、代表が事故あるときはその責務を行う。
- 3 防災会委員は住民に対する啓発活動や防災活動に携わる。
- 4 震度5以上の地震が発生した場合、自身の安全を確保したうえで、可能な限り、自治会館に集合し、災害の状況の確認をする。

### (役員任期)

8. 役員任期は2年とし、再任を妨げない。

### (防災計画)

9. 防災会は、災害の被害の防止及び軽減を図るため、防災計画を作成する。

防災会の予算は、自治会定例総会で審議する。

### 附則

防災会の規約改正、防災計画の作成及び改正に関することは、自治会班長会において出席者過半数の同意を必要とする。

# 活動 1 : 毎月の班長会で知識共有

## I .世帯の現状の確認

- ①自治会員の情報の異動・連絡手段などの確認
- ②各戸の防災対応状況の確認

## II .防災状況の確認

- ①防災倉庫等の設備確認（備品機器の使用訓練）
- ②建物の状況確認

## III .情報の確認

- ①避難場所・減災マップ
- ②防災ノウハウの集積と連携

# 活動 2 : 班長と防災員で防災点検

## I .**会員全世帯**の現状の確認

- ①要救助者（高齢者、乳幼児、人工透析を受けている人など）の現況確認
- ②防災備品や家族との連絡など対応状況の聞き取りチェック
- ③災害時に対する不安（ペットや家具倒壊、築年の確認など）の聞き取り

## II .**防災状況**の確認

- ①食材や水(ローリングストック)
- ②建物の状況
- ③防災知識の実行

## III .**情報**の確認

- ①避難場所・減災マップ
- ②非常時の連絡手段
- ③家族・緊急連絡先

# 活動3：銀杏の会（婦人部）と連携

## I. 災害時の食環境を想像する

- ①非常食は、炭水化物に偏りすぎる。
- ②水が限られる中で、調理、衛生をどうするか。
- ③冷蔵庫が使えない生活

## II. 元気の素は、食事

- ①災害時の栄養の確保
- ②鰹節、高野豆腐など

## III. 食事の用意についてのスキルアップ° 防災レシピで炊き出し訓練

- ①サランラップやジプロックの使い方
- ②まな板と包丁を使わない料理

# フェーズフリーの考え方

「日常時」と「非常時」という2つのフェーズをフリーにする。  
**日頃から災害に強い生活習慣**を身につける。例えば・・・

- 時々、土鍋でコメを炊く
- 子供たちとキャンプごっこを楽しむ
- リビングからものを減らす・・・物置を別にする
- 日頃からラジオを聴く習慣をつける
- ローリングストックを習慣づける。

**こうした考え方や習慣形成を、地域ぐるみで励ましあって、共有する活動の実践する必要がある**

# I . 地域を知る

## I . 地域の現状を知ろう

- ① 冠水地帯・垂直避難場所を知る
- ② 一人暮らし、要避難者を知る、帰宅困難者への対応
- ③ 行徳小学校防災協議会を立ち上げる

## II . 行政設備について知ろう

- ① 避難場所・避難所
- ② 消防団
- ② マンホールや貯水槽

## III . 地域の歴史について知ろう

- ① 東日本大震災では何が起こったか（帰宅難民など）
- ② 高波被害の歴史



# Ⅱ. 学び・新たな生活習慣化

## Ⅰ. フェーズフリーを実現する生活習慣

- ①フェーズフリーな生活 ②ローリングストック

→それぞれのリストの作成確認

## Ⅱ. 住環境の見直し

- ①居住空間と物置の分離
- ②我が家の築年数を確認する

## Ⅲ. 非常時の心の問題と情報の整理

- ①タイムライン計画法 : 発災前の行動計画
- ②AHP (階層分析法) : 迅速な意思決定
- ③S-KYT(危険予知訓練) : 平時の危険予知
- ④メディアリテラシ (だいいく) : デマに強くなる考え方
- ⑤ PTSD (心的外傷後ストレス障害) : 心の問題について知る

# Ⅲ. 備える 季節ごとの見直し

## I. 個人が備えるもの

- ①年齢性別、持病、趣味嗜好に関わるもの
- ②個人が確保すべき情報
- ③携帯スマホほか、貴重品

## II. 家族で備えるもの

- ①食材や水(ローリングストック)
- ②電気や燃料などの確保
- ③医薬品
- ④財産の確保に関するもの

## Ⅲ. みんなで用意しておくもの

- ①家庭では用意できない発電機、工具など
- ②大型テントなど、活動拠点のための機材
- ③会員からの知恵だしと知恵を蓄積する仕組み

→一人ひとりが消費する食事や被服などは共助では提供できない。

# IV. 情報の整理

## I. 家族への連絡網

- ①非常時の家族への連絡体制
- ②家族の勤め先などの情報
- ③遠地の親戚や知人への連絡体制

## II. 自治会との連絡網

- ①自治会会員との連絡網
- ②うけた連絡情報の管理システム

## III. 自治会と行政・外部への連絡体制

- ①自治会会員との連絡網
- ②連絡情報の管理システム

# 「人生の楽園」

～ほかのどの場所でもなく、妙典に住み続けたい根拠～

- ① **地域と関わることで得られる知恵や新たな気づき**
- ② **年を取って、不自由になっても支えてもらえる環境**
- ③ **自分と家族だけでは対応できない非常時対応への充実度**

自分が大変な時にこそ、誰かの助けになることをする。そうすれば「レジリエンス（困難を乗り越える力）を手に入れることができます」

心理学者：ケリー・マクゴニガル

# ご清聴ありがとうございました

## 参考文献

- |              |        |          |
|--------------|--------|----------|
| ・おしゃれ防災アイデア帖 | misa 著 | 山と溪谷     |
| ・防災クエスト      | 辻直美 著  | 小学館      |
| ・シニアのための防災手帖 | 三平洵 監修 | 産業編集センター |